



МІНІСТЕРСТВО
ОХОРОНИ
ЗДОРОВ'Я
УКРАЇНИ

Молоко та молочні продукти в харчуванні дитячих організованих колективів

Тетяна Скапа

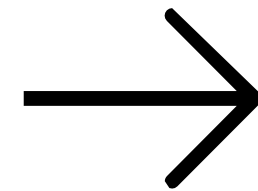
керівник експертної групи з питань з питань профілактики неінфекційних хвороб та формування здорового способу життя Директорату громадського здоров'я та профілактики захворюваності МОЗ України

Нові норми харчування

- Норми харчування у закладах освіти та дитячих закладах оздоровлення та відпочинку затвержені постановою КМУ від 24 березня 2021 року № 305
- Всі норми розроблялися фахівцями МОЗ із залученням дієтологів і відповідають політиці ВООЗ
- Харчування в дитячих організованих колективах повинно бути організовано відповідно до норм харчування

Особливості норм харчування

Було



Стало

➤ Норми молока і молочних продуктів були визначені із розрахунку на 1 день

➤ Дозволено заміну молока сухим молоком або сухими вершками, згущеним молоком тощо

➤ Відсутні вимоги щодо організації харчування дітей з особливими потребами



➤ Норми наведено на конкретний прийом їжі

➤ Встановлено масу порцій молока та молочних продуктів, проте їх асортимент можна вибирати

➤ Виключено таблицю заміни харчових продуктів

➤ Передбачено можливість заміни/виключення з раціону молока і молочних продуктів **ВИКЛЮЧНО** на підставі медичної довідки

Вживання молочних продуктів у розрізі тижня

Молочні продукти	Маса однієї порції	Понеділок	Вівторок	Середа	Четвер	П'ятниця	Маса за тиждень	Кількість порцій за тиждень	Загальна кількість проб молочних продуктів за тиждень
Молоко 2,5%	150	262	20	26,5	205	151	665	4,4	Для дітей віком від 1 до 4 років - 11,6 порцій
	200	327	25	35,5	250	203	841	4,2	
Йогурт, кефір 2,5%	100			100			100	1,0	
	125			125			125	1,0	
Сир кисломолочний	100		56	80	60		196	2,0	
	125		74	101	83		258	2,1	
Сир твердий	10		11,5			4	15,5	1,6	
	15		17,5			13	30,5	2,0	
Сметана	15	7	14,5	7		12	40,5	2,7	
	25	9	18,5	8,5		18,5	54,5	2,2	

Які групи харчових продуктів повинні бути в денному раціоні дитини

Групи харчових продуктів	Сніданок		Другий сніданок		Обід		Підвечірок		Вечеря	
	обов'язково	на вибір	обов'язково	на вибір	обов'язково	на вибір	обов'язково	на вибір	обов'язково	на вибір
Овочі	+			+	+			+	+	
Фрукти		+		+	+			+		+
Страви з круп або картоплі	+				+				+	
Страви з риби		+				+				+
Страви з червоного м'яса					+					
Страви з птиці		+			+					+
Молочні продукти	+			+		+		+	+	
Хліб		+			+					+
Олії рослинні, насичені жири	+				+				+	
Чай, кава, сухофрукти, соки		+		+		+		+		+
Яйця		+				+				+
Борошняні				+				+		

Вимоги щодо молока та молочних продуктів

Відповідно до додатку 9 до Санітарного регламенту для закладів загальної середньої освіти:

Дозволено молоко та молочні продукти:

- що містять не більш 10 г цукрів на 100 г/мл готового продукту
- без додавання підсолоджувачів
- що містять не більш 10 г жиру на 100 г/мл готового продукту

Відповідно до вимог Порядку організації харчування у закладах освіти та дитячих закладах оздоровлення та відпочинку:

- **молоко та кефір** повинні бути з масовою часткою жиру від 2,5 до 3,2 відсотка
- **йогурт** - від 1,5 до 2,5 відсотка
- **сир кисломолочний** - не менше 5 відсотків
- **сметана** - не менше 15 відсотків

Дякую за увагу!